

DÉLIER VOTRE CORPS

STRETCHING

SÉNIORS DE PLUS DE 60 ANS

À PARTIR DU 15/09/2025

Séance 1 fois/semaine
de septembre 2025 à juin 2026

Détente profonde
de toutes les
chaines musculaires

Postures d'étirement et
d'assouplissement favorisée
par la respiration



SALLE DES ARTS MARTIAUX
92 rue des phocéens
«Les terrasses de l'Arc» ORANGE



VILLE
D'ORANGE
JE MAINTIENDRAI

PIÈCES À FOURNIR POUR L'INSCRIPTION

- Certificat médical
(document joint au livret «Les loisirs de Boisfeuillet»)
- Attestation de responsabilité civile

TARIFS

ORANGEOIS : 103,87€

EXTÉRIEUR : 173,13€

Aucun paiement avant réception du courrier d'inscription

RENSEIGNEMENTS

04 90 51 38 46



STRETCHING



COUPON PRÉINSCRIPTION SENIORS 2025 - 2026

NOM :

PRÉNOM :

ADRESSE :

TEL :

MAIL :

Cocher votre préférence* - Un seul choix possible

LUNDI

9h à 10h

10h30 à 11h30

*sous réserve de places disponibles dans le créneau choisi

À renvoyer à l'Hôtel de communauté - 307 AV de l'Arc de triomphe - 84100 ORANGE
AVANT LE VENDREDI 18 AOÛT 2025